

О профилактике острых кишечных инфекций летом

Обращаем внимание населения региона, что в летние месяцы, когда высокая температура воздуха создает благоприятные условия для размножения микробов, возрастает риск заражения острыми кишечными инфекциями.

Чтобы лето не испортили такие заболевания как сальмонеллез, дизентерия, норовирусная и ротавирусная инфекции и другие болезни, протекающие с тошнотой, рвотой, болями в животе, жидким стулом, повышенной температурой, необходимо соблюдать меры профилактики.

1. Мыть руки с мылом: перед приготовлением пищи, после контакта с сырой продукцией, перед едой, после посещения туалета, по возвращению домой из общественных мест. При невозможности помыть руки с водой и мылом можно использовать антибактериальные кожные антисептики, влажные салфетки.
2. В жару, поездках, путешествиях необходимо брать бутилированную воду (кипяченую или заводского производства). Воду из водопровода, родников, колодцев употребляйте только в кипяченом виде.
3. Не приобретать молоко, творог, сметану у частных лиц. Молоко и молочные продукты подвергать термической обработке.
4. Яйца, купленные в магазинах или у частных лиц, варить не менее 10-15 минут с момента закипания. Исключить использование яиц в сыром виде.
5. При покупке пищевых продуктов обращать внимание на сроки годности, условия их хранения. Готовые блюда употреблять в течение максимум 2-х дней. Все скоропортящиеся продукты и блюда хранить в холодильнике.
6. Тщательно мыть проточной водой овощи, фрукты, зелень, в конце мойки ополоскивать кипятком или кипяченой водой.

На пляже:

- если возможно, постараться не принимать пищу, а употреблять только воду;
- если планируется длительное пребывание на пляже, не берите с собой скоропортящиеся продукты, замените их сухими печеньями (галеты), сухарями, сушками;
- свежие овощи, фрукты предварительно вымойте дома;
- антибактериальные салфетки обязательны.

При посещении детей в оздоровительном лагере, санатории:

- не привозить блюда из мяса, рыбы, птицы; консервы, молоко и молочные продукты (творожные сырки, йогурты и т.п.), колбасные и мясные изделия, сыры, яйца, кондитерские изделия с кремом (пирожные, торты), грибы, маринованные и свежие овощи и фрукты, квас, газированные напитки, шоколад, шоколадные конфеты, леденцы и др.;
- можно привезти и оставить детям сухие печенья (галеты), сухари, сушки в небольшом количестве, бутилированную воду;
- не оставляйте свежие фрукты или овощи;
- напомните о соблюдении мер профилактики и правил личной гигиены.